

Как жить после операции

В день операции, пожалуйста:

- **Не ешьте, не пейте, не курите** и не ругайтесь два часа после процедуры.
- **Прикладывайте лед к зоне операции** в течение 2-х часов: 10 минут держите, затем перерыв 15 минут. Если щека замерзает или болит от холода – спокойно убирайте лед и прикладывайте в комфортном режиме, терпеть не нужно.
- **Не чистите щеткой зону операции** и не полощите рот, чтобы не спровоцировать кровотечение.

На следующий день и далее:

- **Принимайте лекарства по расписанию.**
Список со всеми назначениями в нужных дозировках мы дадим Вам после операции.

- **10 дней делайте ротовые ванночки** антисептическим раствором (водный раствор хлоргексидина биглюконата 0,05% или Мирамистин® или PerioAid®) – 4 раза в день, по 10–15 секунд после еды.
- **Чистите зубы мягкой хирургической щеткой Curaprox Surgical®** в течение 10 дней – мы предложим ее Вам после операции.

ВАЖНО: Если у Вас была пластика мягких тканей, этот участок вообще нельзя чистить 10 дней. Ваш доктор обязательно предупредит об этом.

- Пользуйтесь **ирригатором только по рекомендации врача.**
- **Питайтесь мягкой, протертой пищей**, пока врач не разрешит нормальную.
- Откажитесь от острой и кислой пищи.
- **Избегайте физических нагрузок 2–3 дня**, чтобы снизить риск поднятия артериального давления. Оно поднимается во всех сосудах одновременно и может привести к кровотечению.
- **10–14 дней не ходите в баню, сауну** и не принимайте горячую ванну. Употребляйте пищу и напитки комнатной температуры. От перегрева расширяются сосуды, что может спровоцировать кровотечение, а горячей пищей легко обжечь операционную рану.
- **Откажитесь от курения на 2 недели** после хирургической

манипуляции, в том числе от систем нагревания табака и курения кальяна.

- Проходите **профилактический осмотр каждые 6 месяцев**. Если этого не делать, мы будем вынуждены снять с себя гарантийные обязательства.

Приходите на осмотр
и контрольный снимок:



3 через
месяца



6 через
месяцев

Чем питаться:

НЕЛЬЗЯ:

острое, соленое, кислое,
горячее, ледяное

крупы и семена: рис,
гречку, овсянку, перловку,
чечевицу, кус-кус, кунжут,
мак, чия

овощи, содержащие
мелкие семена: помидоры

специи

МОЖНО:

детское питание, пюре
фруктовое и овощное,
бананы

йогурты и кисломолочные
продукты, белковые
напитки Nutridrink

суп-пюре, суп-лапша,
котлеты, рубленое мясо

мусс, желе, суфле,
молочный коктейль

Если Вам сделали синус-лифтинг

- Не сморкайтесь, а промакивайте нос – 3 недели
- Чихайте только с открытым ртом – 3 недели
- Не летайте на самолете – 3 недели
- Не занимайтесь дайвингом до полного заживления или разрешения доктора – обычно около 4 месяцев.

Мы всегда рядом 

При любых вопросах, сомнениях или ощущениях – не стесняйтесь связываться:

телефон:

+7 495 120 65 75

whatsapp:

+7 926 403 84 44